

Les ingrédients

(Pour 8 à 10 personnes)

- Une épaule de cabri de 2 kg
- 100 gr de raisin sec,
- Menthe fraîche,
- 3 c. à soupe de miel liquide
- 125 gr d'amandes entières émondées
- 300g de citrons
- 15 cl d'huile d'olive
- Thym & Laurier
- 1/2 c. à café de cannelle, Poivre, Sel

Comment je fais ?

- Faire tremper les raisins dans de l'eau.
- Rincer les feuilles de menthe et les mixer très rapidement (pour qu'elles ne noircissent pas) au robot avec l'huile d'olive, un jus de citron de citron et de la cannelle.
Tartiner généreusement le cabri avec la préparation, saler et poivrer et masser pour faire pénétrer
Laisser reposer 3h au frais
- Placer dans un plat adéquat avec laurier, thym et éventuellement dés d'oignons et ail
Préchauffer le four à 220 °C pour saisir dans un premier temps
Arroser régulièrement sur la première demi-heure avec le jus qui se forme dans le plat (auquel on peut éventuellement ajouter un peu de vin blanc)
Après ces 30 min ajouter un peu d'eau dans le fond du plat, baisser le thermostat à 180 °C et laisser cuire 20 à 30 min supplémentaires
- Faire cuire la semoule selon vos habitudes ou :
Verser la semoule dans un saladier. Faire bouillir l'eau additionnée du sel et versez-en les 2/3 sur la semoule. Ne pas mélanger, couvrir d'un torchon humide et laisser gonfler 5 minutes. Égrener ensuite avec une fourchette. Verser le restant d'eau et remettre à cuire 2 minutes au micro-ondes. Sortir du four, ajouter l'huile d'olive et mélanger à nouveau avec la fourchette pour bien égrener.
- Torrifier les amandes en les faisant griller au four ou à sec dans une poêle durant 2 min.
Les concasser grossièrement (vous pouvez le faire au mixeur mais il ne faut pas obtenir de la poudre)
Les mélanger avec le miel, un peu d'huile d'olive et de jus de citron, 2 tours de poivre du moulin et les raisins préalablement bien égouttés
Incorporer le tout à la semoule